



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

Bilinguismo e a Importância da Aprendizagem de Línguas estrangeiras no Envelhecimento Cognitivo Saudável

Giovanna Figueiredo de Carvalho Santos Souza¹

Sávio Augusto Carvalho Teixeira²

Everton dos Santos Abreu³

Layla Muniz Lima Vieira⁴

Leila Cássia Santana Oliveira⁵

RESUMO:

O presente estudo investiga a relação entre bilinguismo e aprendizagem de línguas estrangeiras no envelhecimento cognitivo saudável. O bilinguismo tem sido amplamente associado a benefícios cognitivos, especialmente na terceira idade, devido ao constante gerenciamento de línguas, que exige maior ativação e flexibilidade neural. Este estudo, ainda em andamento, baseia-se na pesquisa de Bialystok (2011), que aponta que indivíduos bilíngues apresentam maior reserva cognitiva e adiam o surgimento de sintomas de declínio cognitivo em comparação a monolíngues. O objetivo da pesquisa é analisar como o aprendizado de uma nova língua durante a vida ou na velhice pode reforçar a neuroplasticidade e contribuir para um envelhecimento cognitivo mais saudável. Metodologicamente, a pesquisa adota uma revisão sistemática sobre bilinguismo e cognição na velhice, além de futuras entrevistas com idosos bilíngues para identificar impactos percebidos na memória, atenção e flexibilidade cognitiva. Espera-se que os resultados corroborem a literatura existente, demonstrando que o aprendizado de línguas estimula áreas cerebrais relacionadas ao controle executivo, promovendo melhor desempenho cognitivo e maior resistência a patologias neurodegenerativas. Portanto, o bilinguismo e a aprendizagem contínua de línguas estrangeiras representam estratégias eficazes para potencializar a neuroplasticidade e promover um envelhecimento mais saudável.

Palavras-chave: envelhecimento saudável; bilinguismo; neuroplasticidade; reserva cognitiva.

¹ Graduando em Psicologia. UFDPAr-- Universidade Federal do Delta do Parnaíba. giovannafcsouza@gmail.com.

² Pós Graduado Especialista em Atendimento Educacional Especializado. UFDPAr- Universidade Federal do Delta do Parnaíba. savioaugustoc@gmail.com; savioteixeira@ufdpar.edu.br.

³ Graduando em Psicologia. UFDPAr- Universidade Federal do Delta do Parnaíba. abreue941@gmail.com.

⁴ Graduando em Psicologia. UNINASSAU- Centro Universitário Maurício de Nassau. laylamuniz7@gmail.com.

⁵ Graduando em Psicologia. UFDPAr- Universidade Federal do Delta do Parnaíba. leilasantana842@gmail.com.